

Nowy przedmiot:

Edukacja zdrowotna



**EDUKACJA
ZDROWOTNA**

INWESTYCJA W PRZYSZŁOŚĆ

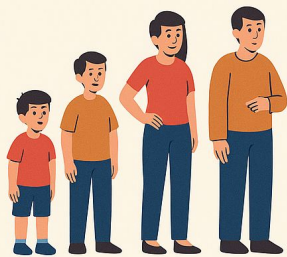


Wprowadzenie

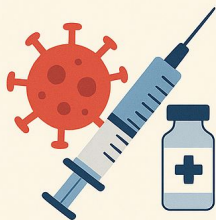
- **Od września 2025 r.** w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych pojawia się nowy przedmiot – **Edukacja zdrowotna**.
- Zastępuje on „Wychowanie do życia w rodzinie” w szkołach, które zdecydują się go wprowadzić.
- W młodszych klasach (4–8 SP) celem jest przygotowanie rodziców i uczniów na nową formę edukacji w przyszłości.
- Tematyka obejmuje zdrowie fizyczne, psychiczne, społeczne, seksualne i środowiskowe.



Dlaczego wprowadzamy edukację zdrowotną?



Styl życia a zdrowie



Profilaktyka chorób zakaźnych



Samobadanie i diagnostyka



Zdrowie na co dzień

- Wzrost potrzeb w zakresie zdrowia psychicznego i fizycznego dzieci.
- Profilaktyka chorób cywilizacyjnych i uzależnień.
- Wspieranie harmonijnego rozwoju – ciało, emocje, relacje, wartości.

Cele edukacji zdrowotnej

Uczeń będzie:

- Wzmacnianie poczucia własnej wartości i szacunku do innych.
- Rozwijanie świadomości zdrowotnej (ciało i psychika).
- Promowanie wartości: zdrowie, godność, empatia, odpowiedzialność.
- Nauka bezpiecznych zachowań i dbania o siebie i innych.



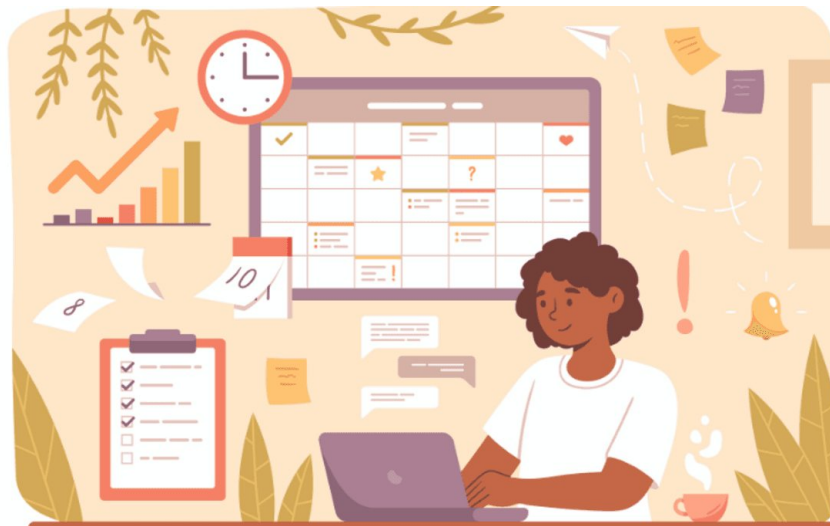
Kto będzie uczył edukacji zdrowotnej?

- Nauczyciele biologii, przyrody, wychowania fizycznego, wychowania do życia w rodzinie, psychologzy szkolni.
- Osoby z wykształceniem medycznym lub w zakresie zdrowia publicznego z przygotowaniem pedagogicznym.
- Możliwość prowadzenia lekcji przez **dwóch lub więcej nauczycieli** jednocześnie.



Organizacja zajęć

- Zajęcia odbywają się **1 godzinę tygodniowo** przez cały rok szkolny.
- W klasie VIII są prowadzone tylko do **końca stycznia**, aby nie kolidować z przygotowaniem do **egzaminu ósmoklasisty**.
- Zajęcia są **nieobowiązkowe** — brak ocen, nie wpływają na promocję. Można z nich **zrezygnować** do 25 września.
- Przy wrażliwych tematach takich jak zdrowie psychiczne, seksualne czy dojrzewanie, klasy mogą być dzielone na **grupy mniejsze** (np. po 12 osób)
- Edukacja zdrowotna wpisuje się w szkolny **program wychowawczo-profilaktyczny**; współtworzona z udziałem nauczycieli, wychowawców, psychologa, pedagoga



Klasa IV – „ABC zdrowia – jak dbać o siebie i czuć się dobrze”

Cele szczegółowe: świadomość ciała i emocji, higiena, zasady współżycia społecznego.

Główne moduły:

1. Co to jest zdrowie?
2. Moje ciało – higiena i rozwój
3. Zdrowe jedzenie i picie w szkole i domu
4. Moje emocje – jak je rozpoznawać i wyrażać
5. Bezpieczne zachowania w domu, szkole, drodze
6. Dlaczego sen, ruch i odpoczynek są ważne

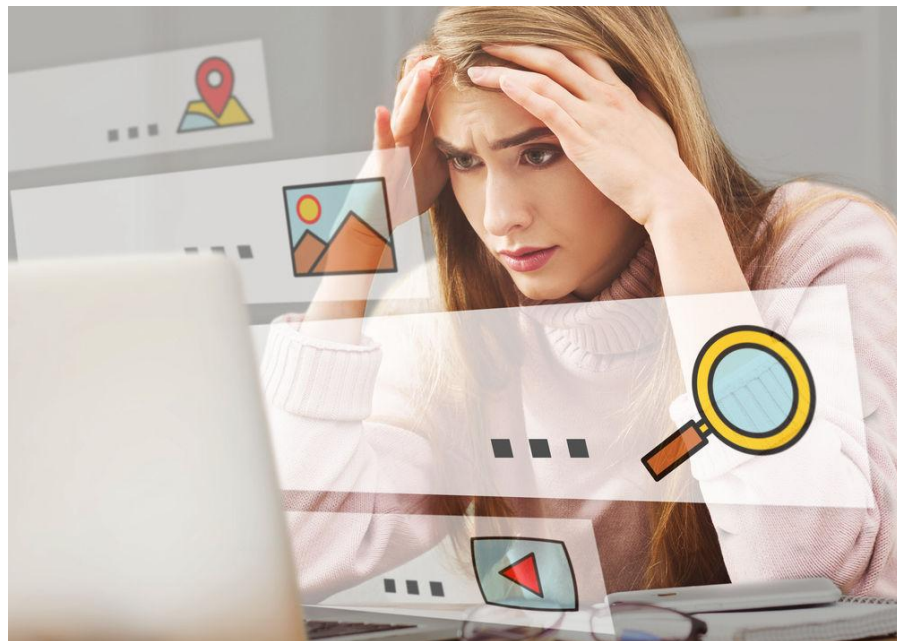
Przykładowe tematy lekcji: higiena, emocje, granice, pomoc w sytuacji zagrożenia, higiena cyfrowa, zdrowie psychiczne, rodzina, aktywność fizyczna.



Tematy fakultatywne

Nauczyciel dobiera dodatkowe tematy w porozumieniu z uczniami.

Przykład: profilaktyka chorób zakaźnych, ochrona zdrowia środowiskowego, FOMO i przeciążenie informacyjne.



Dlaczego to ważne dla rodziców?



- Rodzice mają wpływ na wybór uczestnictwa dziecka w zajęciach.
- Mogą wspierać utrwalanie dobrych nawyków w domu.
- Mogą współpracować ze szkołą przy realizacji projektów prozdrowotnych.

Jak rodzice mogą się zaangażować?



- Rozmawiać z dzieckiem o poruszanych tematach.
- Wspierać jego udział w projektach i działaniach społecznych.
- Udostępniać przykłady dobrych praktyk zdrowotnych z życia rodzinnego.
- Współtworzyć inicjatywy szkolne i lokalne.